

ニラ (ヒガンバナ科ネギ属)

ニラ(ニラ)という漢字を見ると、山梨の韮崎高校や静岡の韮山高校を思い浮かべます。どちらも通称「韮高」です。韮崎高校はサッカー、韮山高校は野球の伝統校です。両校の元気の源はニラレバ炒めではないかと勝手に想像しています。

両校とも文武両道で生徒はとても勤勉だと思います。ところがニラの別名は懶人草(らいじんそう)で、懶人とは怠け者のことです。ニラは栽培が簡単なので、怠け者でも作れるからです。

暑さや寒さに強く、バラндаのプランターでも栽培できます。半日陰でも丈夫に育ちます。多年草なので一度種をまけば根が残って毎年収穫できます。種まき適期は3〜4月です。深さ15cm以上のプランターに市販の培養土を入れ、10cmの

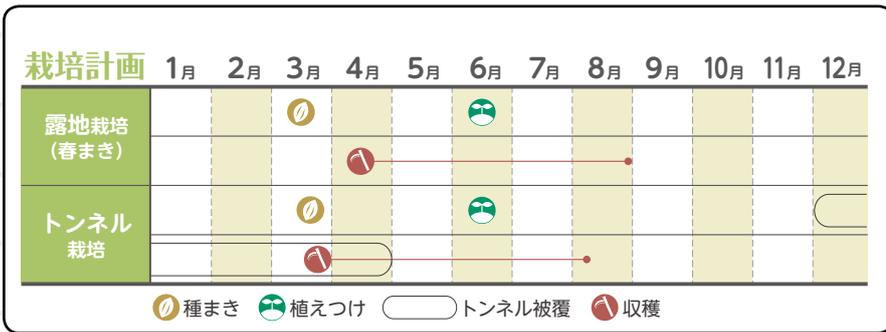


間隔で1カ所に約10粒の点まきをします。薄く覆土し、軽く鎮圧します。水やりは朝方にし、夕方に土の表面が乾く程度にします。

草丈が約10cmになったら、1カ所3〜4本に間引きします。追肥は1週間に1度、1000倍の液肥を施します。さらに草丈が伸び20〜25cmになったら、株元を4〜5cm残してはさみで切り取り収穫します。株が充実してくる翌年からは、年に4〜5回収穫できます。

夏から秋にかけては花蕾(からい)が伸びてきて、白いきれいな花を咲かせます。花を楽しんでも良いのですが、開花・結実させると株が弱るので、早めに摘み取った方が良いでしょう。摘み取った花茎は、おひたしなどにすると美味です。

冬になると地上部は枯れます。枯れ葉は病原菌のすみかにならないように、きれいに刈り取っておきます。根は生きているので、春になると新葉が伸びてきます。3〜4年たつと株が弱ってくるので、掘り上げて株分けして植え替えます。ニラはギョーザの具、みそ汁の具、卵とじ、おひたし、あえ物などいろいろな料理に使えます。



JAグリーン津店が教える！  
ニラ栽培のポイント

JAグリーン津店  
グリーンアドバイザー認定  
城博一

● 株分けの時期

2〜3年株分けをしないと株が密生して小さな根茎になり、肉厚で幅広の良いものができなくなるため、株分けすることが必要です。株分けの良い時期は、葉が枯れて休眠状態に入っている冬です。冬は根に栄養が十分に与えられていて、弾根や分割などの作業をしても傷みが少ないので、この時期に株分けしてしましましょう。

● 上手く育たない時は...

「成長が遅い」「葉が硬く、大きくなりません」という相談を受けますが、その原因の多くは栄養不足です。対策としては日当たりの良い場所に移動させ、追肥の量を増やす、収穫回数を減らす、株分をするといった方法があります。

● 病気・害虫

ニラは病害虫には比較的強い野菜ですが、アブラムシとネダニには注意が必要です。また加湿状態が続くとべと病やさび病が発生することがあります。風通しの良い環境を整えましょう。



# 菜園の冬越し いろいろな工夫で長く収穫を楽しむ

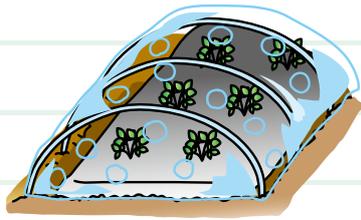
あなたも今日から 栽培名人

寒さに向かい、冬野菜の収穫や越冬させる野菜の防寒対策など、大切な作業が控えています。冬の晴夜には地面や野菜から熱が奪われ、急激に温度が下がります。これを放射冷却といい、寒害を起すことがあります。

### 【被覆資材で防寒】

トンネルや不織布のべた掛けは、防寒効果が高いので、上手に使いましょう。ただし、トンネルの密閉は日中に気温が上がリ、軟弱に育つてかえって耐寒性を低下させます。穴開きフィルムの利用や裾を少し開けておいても防寒効果があります

図1 被覆資材を使う

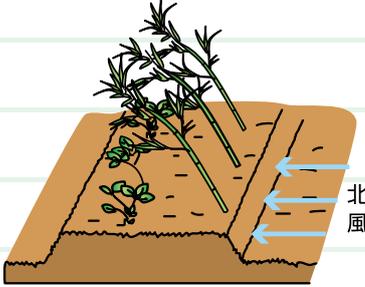


穴開きフィルムのトンネル

### 【身近な材料を使う】

北風を防ぐだけで、野菜周辺の気温を高める効果があります。畝を東西方向に作り、畝の北側は10cm程度に土を盛ると良いでしょう。ササタケを畝の北側に野菜を覆うように斜めに立てる方法、先人の知恵です

図2 身近な材料を使う



ササタケを畝の北側に斜めに立てる

### 【土寄せなどの工夫】

ダイコン、カブ、ニンジン、は、地上に出ている肩に土寄せして寒害を防ぎます。ハクサイやカリフラワーは、リフラワーは、外葉の葉を内側に縛って包みます

図3 いろいろな工夫



ハクサイとカリフラワーは外葉を縛っておく

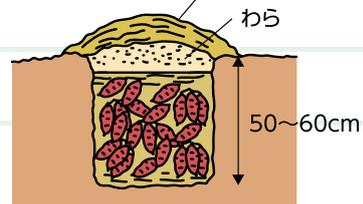
### 【保存・貯蔵】

キャベツ、ハクサイを畑や庭で保存するには、株をぴったり並べ、わらや落ち葉で覆い、その上にむしろを掛けておきます。雪の多い地方では、ビニールなどで屋根掛けします。ダイコン、ニンジン、は葉を切り落とし、深さ30cmくらいに埋め込みます。



サトイモ、サツマイモは、排水の良い所に深さ50~60cmの穴を掘り、サトイモでは子芋、孫芋を崩さないように逆さに埋め、サツマイモは芋づるを付けたまま埋めて、30cmくらいに盛り土して、上をシートで雨よけします

図4 土中貯蔵



サトイモ、サツマイモ

※関東南部以西の平たん地を基準に記事を作成しています。

